

ASMA E COVID-19

A doença causada pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2) é denominada COVID-19 (Doença Infecciosa por Coronavirus 2019).

A informação aqui disponibilizada está limitada pela escassez de informação atualmente disponível e resulta da consulta das linhas de orientação publicadas por órgãos oficiais.

Todas as pessoas devem aderir às recomendações feitas pela Direção Geral da Saúde (<https://covid19.min-saude.pt/>) e pelo Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte (<http://www.chln.pt/>).

A doença Covid-19 tem maior gravidade em alguns grupos, nomeadamente nas **pessoas mais idosas e nas pessoas com doenças crónicas**.

Pela Norma da DGS 004-2020 - COVID-19: FASE DE MITIGAÇÃO *Abordagem do Doente com Suspeita ou Infeção por SARS-CoV-2*, os doentes com comorbilidades, onde se inclui a **ASMA**, para além da DPOC, da insuficiência cardíaca, diabetes, doença hepática crónica, doença renal crónica, neoplasia maligna ativa, ou estados de imunossupressão, **consideram-se como prioritários para a realização do teste laboratorial**.

Se tem Asma

1- Tente evitar o contágio por COVID-19 – siga as normas da DGS

- a. Fique em casa, se possível adira ao teletrabalho;
- b. Restrinja o contacto social: mantenha distância de outras pessoas (pelo menos 1 metro em ambientes abertos, pelo menos 2 metros em ambientes fechados);
- c. Lave as mãos com frequência com água e sabão durante 20 segundos e seque-as bem. Deve lavar as mãos sempre antes de comer, depois de ir à casa de banho e frequentemente, por exemplo após assoar o nariz ou espirrar.
- d. Evite tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.
- e. Cubra a boca com o braço ou lenço de papel sempre que tossir ou espirrar.



- f. Utilize cada lenço uma só vez e desperdice-o diretamente no lixo.
- g. Evite partilhar objetos pessoais ou comida;
- h. Evite contacto próximo com pessoas com sinais e sintomas de infeções respiratórias agudas;
- i. Evite idas desnecessárias às Instituições de Saúde

2- Mantenha a sua ASMA controlada

A medicação diária habitual deve ser mantida conforme prescrita pelo médico assistente.

É essencial que o esquema terapêutico seja mantido e ajustado de acordo com o plano de ação que estiver definido pelo seu médico.

Deve, por isso, estar atento aos seus sintomas e sinais de agravamento da asma e ajustar a sua medicação atempadamente.

Para avaliar se a sua asma está controlada sugerimos que preencha o questionário CARAT – Teste de Controlo da Asma e Rinite Alérgica (disponível online em <http://www.caratnetwork.org/fastcaratpt/index.html> para idades acima dos 12 anos. Entre os 4 e os 12 anos pode utilizar o CARAT kids).

No caso de usar câmara expansora é importante que mantenha a higienização dos bocais, das câmaras e das suas máscaras após a sua utilização. Semanalmente deve manter a lavagem da câmara completa com água e detergente da loiça.

Se tem uma Asma Grave e está a fazer:

1- Corticóide oral

Não deve parar nem reduzir a dose da medicação sem orientação médica!

O seu uso pode ser necessário para controlar a sua asma e a sua suspensão abrupta pode ter consequências graves.

Segundo a Norma da DGS 004-2020 - COVID-19: FASE DE MITIGAÇÃO a **corticoterapia oral** deve ser utilizada de forma cautelosa, “exceto nos doentes com indicação clínica para a sua utilização pela(s) comorbilidade(s) presentes...” onde se inclui a asma.



2- Tratamento com um agente biológico (anticorpo monoclonal – omalizumab, mepolizumab, reslizumab ou benralizumab)

O tratamento com agente biológico que periodicamente lhe é administrado em hospital de dia não deve ser suspenso.

A sua suspensão aumenta o risco de agravar a sua asma e ter uma agudização.

Estes tratamentos não causam depressão do sistema imunitário e até ao momento, nada aponta para que a sua administração aumente o risco para Covid-19 e, pelo contrário, teoricamente a manutenção destes tratamentos pode reduzir o risco de um ataque de asma se por acaso for infetado.

3 - Esteja atento a sinais/sintomas de suspeita de infeção COVID-19

Os sintomas mais habituais na infeção COVID-19 são: **febre** (temperatura $\geq 38^{\circ}\text{C}$), **tosse** (geralmente seca) e **dificuldade respiratória**.

Podem surgir também outros sintomas, como a **perda de cheiro ou paladar**; congestão nasal, dores de cabeça, dores musculares ou articulares e alterações digestivas (diarreia ou náusea).

Estes sintomas podem ir agravando de forma progressiva.

Há uma parte dos sintomas da infeção COVID-19 que podem ser semelhantes aos de uma crise de asma, nomeadamente a tosse seca e a sensação de dificuldade respiratória.

Na crise de asma (sem desencadeante infeccioso) não é expectável existir febre.

Se suspeita que está com sintomas sugestivos de COVID-19, NÃO deve ir diretamente para uma unidade de saúde.

Deve contactar previamente a linha de apoio SNS 24 (através do 808 24 24 24), indicando o seu número de utente, e seguir as instruções que lhe forem transmitidas.



Caso a situação clínica seja grave e não consiga resposta às tentativas de contacto telefónico poderá ter de contactar o número de emergência (112).

Caso não consiga contacto telefónico e a situação não lhe pareça grave (não ter, por exemplo, falta de ar ou febre que não cede à medicação antipirética), poderá usar, em alternativa, o e-mail atendimento@sns24.gov.pt, mantendo vigilância no domicílio até que haja alguma indicação em contrário ou agravamento dos sintomas.

Em situações excecionais em que não consiga resposta de nenhum destes contactos e a situação clínica esteja a agravar rapidamente, poderá ter de se dirigir diretamente a uma unidade de saúde; nesse caso deverá levar máscara ou pedir uma máscara de proteção logo que chegue à unidade.

4 – Relativamente às Consultas de seguimento e Exames complementares

Neste momento as consultas presenciais programadas não estão recomendadas, exceto em situações urgentes, pelo risco de contágio pelo novo coronavírus.

Da mesma forma, todos os exames/testes não considerados urgentes, tais como as Provas de Função Pulmonar, não têm indicação para a sua realização.

Durante este período, as consultas de Imunoalergologia e de Asma Grave do Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte estão a ser realizadas à distância.

De uma forma geral, receberá um contacto telefónico do seu médico ou de alguém da equipa.

As receitas estão a ser passadas à distância e enviadas por SMS ou correio;

Se estiver em crise, antes de procurar cuidados de saúde de forma presencial, tente primeiro o contacto telefónico com o seu médico.

Se é seguido(a) na Consulta de Imunoalergologia ou de Asma Grave do CHULN e necessita de receitas, ajustes da terapêutica ou algum esclarecimento, **pode contactar-nos através do e-mail: imunoalergologia@chln.min-saude.pt** indicando o seu número de utente do hospital e o nome do seu médico.

O e-mail será reencaminhado para o seu médico, que responderá por e-mail ou, quando necessário, o contactará por telefone.